
مكتبة
الجيل الجديد

مكتبة الجيل الجديد

سلسلة العلوم المبسطة

الكتاب الثانى

مشاكل الشباب النفسية

بقلم الدكتور احمد عزت راجح

المفتش بوزارة المعارف

جماعة النشر العلمى

الناشر
مكتبة نهضة مصر بالفجالة
تليفون ٨٢٧ ٥

فهرس

بسم الله الرحمن الرحيم

و به نستعين

تقديم

ليس لنا بادي ذي بدء إلا ان نسجد لله شكراً على ما أفاء علينا من فضل واسبغ علينا من نجاح في الكتاب الأول من مكتبة الجيل الجديد ... ونحن ونعلم للمذكور مشرفه بك

وليس لنا بعد هذا الفضل وهذا النجاح إلا أن نزداد إيمانا فوق إيمان وثقة فوق ثقة بالله وبالمستقبل وإلا أن نمضي قدماً إلى الأمام ... ونحن امضى ما نكون عزما وأقوى ما نكون املا في تحقيق الهدف الذي أخذنا انفسنا به وأخذنا الجيل الجديد عليه ... والذي يتلخص في أن نقدم له مكتبة ... مستقاة لا تجارة فيها ولا دعاية ولا رخص ولا اسفاف ولا عبث ولا ابتذال ... فيها رى وغذاء ... وفيها فن وذكاء ... وفيها نور وإعداد

فيها رى لروحه وقلبه ... وغذاء ... وذكاء ... وفيها نور لعزمه وأمله ... وذكاء ... وإعداد لدوره ورسالته ... حتى يكون هذا الجيل ... بشده من أمل ونطلعه ... !!

ولسنا ... لى ... أو دائماً ...

له ...

ها كتابنا الثانى بعد كتابنا الأول

ها هو ذا وموضوعه ولا نقول عنه سوى أنه موضوع الجيل الجديد بل ليس للجيل الجديد موضوع يهمه ويعنيه ، ويحتاج الى رى كبير فيه أكثر من هذا الموضوع

مشاكل نفسه وعلاجها عناصر شخصيته وتحليلها حوافز غرائزه وإعلاؤها خصائص ملكاته وإذكاؤها دعائم اخلاقه وتقويمها كل ذلك مقدم ومعالج بأسلوب علمى مرتب منظم ، وبحث منطقى عميق مبسط واضح القصد قوى الأداء

وفى الحق لقد وفق الأستاذ الفاضل الدكتور أحمد عزت راجح أيما توفيق فى علاجه للموضوع ، واستيفائه لكل عناصره ، وكل منها يسع وحده مؤلفا ضخما ، كما وفق فى اداء الموضوع بأسلوب أخاذ جميل ولفظ جزل رصين وفى تعويده قوياً جلياً إلى المعنى الذى يقصد والهدف الذى يريد

وما أعظم المعانى التى قصد وما أسمى الاهداف التى أراد !! —
ولكأنى به وقد ركزها جميعـــا فى هدف واحد هو تقديم اقصى فائدة عملية للشباب !!

ومن هنا ابتعد — مشكورا — عن كل جدل بين المدارس المختلفة فى علم النفس الحديث كما ابتعد عن المصطلحات العميقة التى لا تعنى إلا المتخصصين المتعمقين

وهكذا نجح فى ألا يكون مؤلفه هذا استعراضاً علمياً بحتـ

من الآراء حشداً وزدحم من المصطلحات ازدحاماً بل خرج مؤلفاً علمياً مطبوعاً يستطيع كل شاب ان يحلل به نفسه ويعرف من حالته ثم يجد لحالته العلاج الذي يحب ويلقيه الإرشاد الذي يصل بها إلى السعادة التي ينشد والمجد الذي يريد

ألا هنيئاً للدكتور راجح

وتهانينا للجيل الجديد

محمد المعلم

المدرس بالخديوية الثانوية

بالقاهرة

مشاكل الشباب النفسية

للدكتور محمد عماد الدين إسماعيل

أوائل الشباب

أوائل الشباب مرحله البلوغ وهى تلك المرحله التى تبدأ بنضج الوظائف الجنسيه وقدرة الفرد على التناسل، وتسمى سن « الرشد » واشراف القوى العقليه الجامعه على تمام النضج ولعلها تمتد حوالى سبع سنوات فى عمر الفتى والفتاه على أن بدء هذه المرحله وطولها يختلفان باختلاف الأفراد والجنس والسلاله اختلافا قد يكون كبيراً

هذه المرحله من ادق المراحل التى يمر بها الفرد فى نموه واكثرها خطرا وأشدها عنفا فهى فى جملتها عهد ثوره وحيره وصراع

أما الثوره فلها فى هذا العهد مظاهر واتجاهات عده فهناك ثوره تتناول الجسم اعضاءه ووظائفه ، وأخرى تبدو فى النواحى العقليه وثالثه تجرى فى السلوك الاجتماعى للفتى والفتاه ومن المحتمل أن ... الثوره وذلك الانقلاب يرجعان ... حد كبير ، الى نشاط الغدد ... فى هذا الطور، وما يترتب على ذلك من نشاط

في الناحية الجسمية سريع النمو ، ويشتد التباين بين الجنسين إذ تتأكد الفوارق الجسمية التي كانت تبدو طفيفة قبل البلوغ فيستطيل الشعر عند الفتيات ويرق وتشتد نعومته وتستدير العنق وتستدق الطول ، وتبرز الصدور ، ويترسب الشحم تحت الجلد ويرى الفتى وقد نبت شاربه وأخذ صوته في الغلظ ولحيته في الظهور

أما من الناحية العقلية فيذهب الخيال ويسرع إلى الخروج عالياً في سماء المستقبل فإذا بالفتى يجد باحثاً فيما يقرأه أو يسمعه عن بطل يتخذه مثلا وهدفا لآماله الواسعة وأمانيه الكبار فمرحلة البلوغ عصر الأحلام يتطلع فيه الفتى إلى الشهرة والمجد والثروة والجاه العظيم كذلك نراه قد أخذ يتخلص تدريجيا من موقف الطفولة السلبي حيال العالم الذي يحيط به ، وأشتد نقده لنفسه وللناس ، وإذا به يمعن في تحليل نفسه وتصرفاته دون هوادة ، وقد يذهب في هذا إلى حد يسبب له من القلق والضيق الشيء الكثير

وللشباب في هذا العهد مستوى من التفكير، قد يدفع بالأذكياء منهم إلى التساؤل عن صحة ما يعلموه من مبادىء ومعتقدات دينية ، عن طريق التقليد في البيت والتلقين في المدرسة ، وإلى استعراض تلك المبادىء والعقائد التي تلقوها دون نقد أو تفكير ، مما يؤدي ببعضهم إلى أزمات دينية قد تلازمهم طول الحياة

= الجنس و [illegible] العقل والجسم [illegible] تدريجه و [illegible]
ويسطر من [illegible]

[illegible]

كذلك يكون الحياة النفسية للشاب مسرحا لانفعالات(1) عنيفة ثائرة متقلبة، تحمله تارة للحدث والدفع، والركض والوثب، ولعله السبب فيما نراه في سلوكه من تقلب وعدم استقرار فهو يتبنى اليوم فكرة أو رأيا ثم يرتد عنه في الغد القريب

أما الاستقلال في السلوك الاجتماعي فاظهر ما تتميز به تلك المرحلة فنرى الفتى يجاهد في التحرر من قيود الاسرة التي تصبح في نظره ثقيلة لا تحتمل، وأخذ يصبو إلى الاستقلال المفرط ويعمل على ان يخلق لنفسه كيانا خاصا به، ويميل الى ان يكون له بالبيت حجرة خاصة، وان يدعو أصدقاءه ويصاحبهم في رواحهم وأن يعود إلى البيت في ساعة متأخرة من الليل واذا به لا يعود يرضى بتلك الجماعات التي فرضتها عليه المدرسة او الأسرة فهو يختار بنفسه لنفسه جماعات اخرى وفقا لما يراه او يميل اليه وقد تقف الاسرة في سبيل هذا الاتجاه الجديد مما قد يؤدي به الى التمرد او الهروب من البيت

على ان ذلك الاضطراب الشامل الذي يكتنف حياة الفتى ليس كل شيء في مرحلته ولا أساسها فالى جانب هذا نرى خبرة [illegible] قد [illegible] على نمو كل تفكيره وشعوره وانفعاله [illegible] ان مرحلة [illegible] انفعالات [illegible] الطفولة وعهد الرشد لا يزال الفتى [illegible] كما كان [illegible] في طفولته من عطف وحنان

— — — —

وأنانيته ، في حين يدفعه ، من ناحية أخرى تكاليف الرجولة ومسئوليات عهد جديد فهو مضطر إلى مواجهة هذه المطالب الجديدة وكل ما لديه خبرات وتجارب ساذجة ، وهي سلاح كليل وقد يخطو نحو هذه الدنيا الجديدة خطوات لا يصيبها التوفيق ، فإذا به يرتد إلى الماضي يفتش في ثناياه عن شيء يسعفه أو ينجيه وهكذا نراه نهباً لحيرة أليمة تبدو بوضوح إذ يتردد في قبول المبادى الأخلاقية والاجتماعية الجديدة فالماضي قاصر ، والمستقبل ملح والحاضر مسرح لصراع نفسي عنيف

وكثيراً ما تختلط عليه الأمور ، فإن لم يجد في محيطه من يرشده ويوجهه التوجيه الصحيح ، كان عرضة للتخبط في مسالك وعرة قد تؤدي به إلى الشذوذ أو الجريمة ، أو تجعله فريسة لسقطة عصبية أو مرض عقلي

ومما يتميز به مرحلة البلوغ أيضاً ، اشتداد شعور الفتى بذاته وشخصيته من جهة ، وشعوره بالمجتمع الذي يكتنفه والذي يجب أن يندمج فيه ويراعي قواعده من جهة أخرى وبذا تقوم [illegible] صراع شديد عند ما يحاول التوفيق والملاءمة بين رغباته [illegible] وحاجات المجتمع الجديد — ويتمثل ذلك [illegible] ونشاط كثير من أعضاء الجسم الأخرى كل ذلك يحمل [illegible] الاحتمال تلك المطالب [illegible]

[illegible]

جديد ، وتغير في الشكل والحجم والقوة ، أضف الى ذلك ما يشعر
به في ذلك الحين من إحساسات باطنة تأخذ في السقط بعد ان كانت
خافية غامضة ، واذا به فريسة احساسات مختلفة من ثقل وخمول
وملل وفتور ونشاط وقلق ... هذه الاحساسات الجديدة والمظاهر
الجديدة تزيد من شعور الفتى بحياته الجسمية وشخصيته الجسمية ... ثم
إن ميله المتزايد في هذا العهد إلى الاجتماع بالناس والاشتراك معهم
يولد في نفسه الشعور بشخصيته المعنوية ويضغط الحياة الاجتماعية
وما تتطلبه تلك من صفات جديدة ... كالتعاون ، وتحمل التبعة
والابتعاد عن الأثرة ، والاستقلال في التفكير والتخلي عن كثير
من الرغبات الانفرادية الى ما فيه صالح المجموع

ويمكن أن يصطدم تلك ا كالمات الاجتماعية الجديدة بما ... به الفتى من ... المدنى ومخلفات عهد ... الاثرة والانانية
هذا الصراع ... رغبات الماضي وحاجات الحاضر من أشد
ما يصطدم به مرحلة البلوغ ... الفتى ... الامرين ...
... وحاجة ... ، و...

سن الرشاد

تمام النضج وتكامل الشخصية

تكاد تنتهي مرحلة البلوغ حتى تكون القوى العديدة المختلفة قد أشرفت على تمام النمو والنضج. لكن النضج ليس معناه الرشاد. فالرشاد مرتبة لا يبلغها الفرد إلا أفلح في حل الصراع العنيف الذي يستمر به مرحلة البلوغ حلا موفقا به تأتلف الرغبات المتعارضة، وتتضافر الحوافز المختلفة، وتنتظم الوظائف العديدة بشكل يكفل اتزان السلوك وثباته وائتلاف مظاهره بعضها مع بعض. وبعبارة أخرى لا بد للبلوغ مرحلة الرشاد من شخصية موحدة متزنة — أو كما يسميها علماء النفس شخصية متكاملة

وإذا نظرنا الى النضج العقلي من الناحية الانفعالية ، استطعنا أن نميز الشخص الناضج فى هذه الناحية عن غيره بأمارات منها قدرته على ضبط نفسه فى المواقف الى تثير الانفعال ، بأن تكون نصرفه رزينا وبقدر معقول فان خرج اصبعه لم يصح بأعلى صوته وإن نالت منه اساءة لم يحمقه الغضب وإن حل به مكروه لم تطر نفسه فزعا ومن علامات النضج الانفعالى ان تكون تعبير المرء من انفعالاته تعبيرا مميزا بعيدا عن ذلك الشكل الساذج الذى نلحظه لدى الاطفال فالطفل ذو العامين إن حرمناه شيئاً نشتهيه فصاح وضرب الارض بقدميه لم يكن فى تصرفه هذا شيء من الغرابة لكنه إن اسه... فى التعبير عن غضبه بهذه الصورة وهو فى السادسة من عمره قلنا إنه طفل ... فان لازمه تلك الحال حتى التاسعة ... لا ... ... الدليل ... ... فلو ... كذلك ...

سوء فكأنما أصاب الناس جميعاً لذلك تأخذه الدهشة والغيظ إذ لم يجد من القول لصاحبه مثل ما شعر به . أما الشخص الناضج فلا يعمد إلى استجداء العطف والاهتمام من الناس بل يعمل جاهداً على أن لا يكون المكروه في نفسه وقعاً أكثر مما يشعر به غيره من الناس

فإذا رأيت شخصاً عاجزاً عن ضبط نفسه ، مسرفاً مسفاً في التعبير عن انفعالاته ، كثير الفزع إلى الناس كلما ألم به أمر ، فهو من الناحية الانفعالية طفل مهما بلغ من الثقافة والذكاء الرفيع

***

ونعود إلى القول بأن النضج العقلي (في ناحيتيه الفكرية والانفعالية) وإن كان شرطاً لازماً للرشاد غير أنه ليس بالشرط الوحيد . فإلى جانب النضج يجب أن ينعم المرء بشخصية متكاملة حتى ينعت بالرشاد

والشخصية ، في علم النفس الحديث ، ليست تلك القوة الغامضة المجهولة التي لا يمكن إدراك كنهها أو تحليلها كما زعم الأقدمون ، بل هي جماع ما لدى المرء من صفات جسمية وعقلية و[illegible] موروثة وغير موروثة . فهي تختص بعدد كبير من [illegible] والعادات والأفكار والحوافز والعواطف . فالشخصية في هذا الرأي الجديد تشمل الشكل الظاهري للبدن [illegible] ودرجته من الذكاء ، ونشاط الغدد في جسمنا [illegible] [illegible] ، ونوع تلك الثقافة وما لديه من استعدادات [illegible] فطرية ودرجتها من التطور [illegible]

تشمل المثل التي يستمدها المرء ، والعادات التي اكتسبها والمبادىء التي اعتنقها ، وما اليه من خبرات اجتماعية [illegible] كل تلك العناصر والمقومات : [illegible] الشخصية الانسانية

وظاهر ان [illegible] الشخصيات من الناس باختلاف هذه العوامل والمقومات [illegible] واختلاف كل منها في النمو [illegible] كما تختلف على قدر ما من هذه المقومات من تضامن وتآزر وانسجام

والانسان ، في عراكه مع الدنيا واحتكاكه بالناس [illegible] دائم النمو [illegible] والتطور لهذه المقومات المختلفة [illegible] فهو مضطر دوما الى تعديل افكاره ، أو تغيير عاداته ، او توجيه مثله بما يلائم مصلحة نفسه ومصلحة المجتمع

ويحدث أن يدب الصراع او التنافر بين هذه المواد الأولى التي تتكون منها الشخصية ، كما يحدث أن تكون احداها على درجة كبيرة من الشطط والإفراط او الضعف والفتور مما يجعلها عن [illegible] مع غيرها [illegible] تعمل مستقلة عن [illegible] العناصر الأخرى [illegible] ويكون هذا [illegible] الشخصية [illegible] القوى النفسية [illegible] ومن ثم [illegible]

[illegible] الارشاد [illegible]

[illegible]

وبذهب ما بينها من صراع ، ثم تؤلف بين بعضها وبعض إذ ذاك تبدو فى السلوك الانسجام والوحدة والاتزان هذه القوة الموحدة ، والهدف الغالب هو السائد فى حيس الحياة النفسية بوجه ما نحبه جميعا نحو غرض واحد ، حتى إذا مات أو فشل ، ولم يكن له خلف ، تفككت الوحدات وأصبحت نهباً للنزوات الطارئة وهنا يحل الخلل وتتفكك الشخصية وانتجه المحتومة هى الخذلان فى معترك الحياة

ويرى بعض علماء النفس ، أن خير زعيم لتوحيد الشخصية وتكاملها هى عاطفة احترام النفس فمن وفق فى كسب هذه العاطفة فأصبح لا يصدر الا عن وحيها فى تفكيره وشعوره وأعماله فهو ذو شخصية متكاملة

وتكامل الشخصية إذا هو تضامن مقوماتها المختلفة وتوافقها وانتظامها حتى يكون سلوك المرء منزنا ثابتا لا تنافر بين مشاعر بعضها وبعض

وكما ان خلايا الجسم المختلفة قد تضامنت وتآزرت فى عمل الجهاز العصبى فكانت وحدة جسمية ، كذلك [illegible]

من جانب من يقومون على تنشئة الطفل فهى ليست نتيجة لازمة للنمو والرقى العصبى انما هى عملية تحتاج الى توجيه وارشاد دقيقين .

إن من يمعن النظر فيمن حوله من الناس ، تبدو له الفروق شاسعة فى مبلغ تكامل شخصياتهم ، فهذا شخص على درجة رفيعة من الثقافة الفكرية ، يتمتع بقسط وافر من المعرفة ، غير أن سلوكه اليومى يشير إلى الاندفاع وضعف الإرادة وعدم الثبات ، فهو من أجل هذا لا يمكن الاعتماد عليه ، اذ لا ندرى ما سيكون عليه فى الغد ، مثل هذا الشخص تعوزه تكامل الشخصية . رغم ما لديه من صفات ومقومات صالحة ولو ان مقومات الشخصية لديه نظمت نظما يتكامل لحصلها الناس فى نفس لظهر اثر المقومات الصالحة فى سلوكه العام

وفى اطرف المقص من هـ[illegible] تشير [illegible]

حسن التدبير وكمال الثقافة والخبرة الماضية [illegible]

سلوكه المدفع المتقلب فهو يتصرف تارة وفقا للكادر القديم وأخرى وفقا لما يرتضيه عالمه الجديد. وكلما تقدم خطوة فى معترك الحياة الاجتماعية، قل هذا التقلب فى سلوكه وأفكاره، وقد يختفى هذا تماما إن وفق فى اجتياز مرحلة البلوغ بسلام. لكن كثيراً من الشباب، بل أغلبهم، لا يصلون قط الى هذا التكامل، فتراهم يحملون معهم فى مراحل ما بعد البلوغ، آثار هذا السلوك المتقلب المتناقض، وهكذا يظلون طوال حياتهم، وذلك التقلب غالب على صلاتهم الاجتماعية، بل قد يبقى البعض منهم ممثلا نزعات وتصرفات صبيانية بحتة.

* * *

رأينا أن الطريق إلى الرشاد النفسي ـ ذلك الذى يكثر ترداده على الألسنة ـ طريق محفوفة بالمكاره والأهوال. فالشخص الراشد هو من اكتمل نضجه وتكاملت شخصيته واجتاز مرحلة البلوغ بعد أن وفق فى حل مشاكلها الكبرى.

ومن امارات الرشد الصحيح ألا يكون الشخص عالة على غيره فى كسب رزقه، وأن يصل إلى اتخاذ قراراته وأحكامه بنفسه وأن يعتمد على حل مشاكله بنفسه. وألا يكون نهب رحمة ما يدور حوله من صروف الإغراء العديدة ونزوات العارضة بين الناس. ومن أماراته أيضا الاستقلال فى الرأى والتفكير. فلا يدع شخصيته رخيصة لكل ذى رأى. وأن يكون ثابتا لنفسه [illegible] قادرا على الصمود أمام الصدمات، [illegible]

وهنا يبدو لنا أن نتساءل كم من الذين يعيشون بيننا من الناس يصح أن نسميهم بالرشد النفسي ؟ ألا ترى أن المجتمع يغص بعدد ضخم من الأطفال الكبار ؟ الذين يطلبون النصح والإرشاد في كل صغيرة وكبيرة من شئونهم ، ويرغمون الناس بالإنصات إلى شكاياتهم ، هذا فضلا عن النفر الكبير الذي يظلون عالة على الغير في كسب الرزق

لا شك أن الاستعداد الوراثي مسئول — الى حد — عن هذا الفشل الظاهر ، لكن الظروف السيئة ، والتربية المرحلة ، والبيئة الجافية ، وجهل الآباء والمربين بالطبيعة البشرية ، كل تلك مسئولة إلى حد كبير عن هذا القصور الذريع

وكم من فشل في الحياة من بني الإنسان ، كان يمكن تداركه بالارشاد السديد والتوجيه الرشيد بدلا من تركه وحيدا يتخبط ويتحمل ويضل

لقد فطن الغربيون الى خطر [illegible] فأقاموا العيادات السيكولوجية ، وعيادات [illegible] ، وعيادات ارشاد الطفل [illegible] للبحث في مشكلاتهم [illegible] وحمايتهم

لشخصية هزيلة ، فلا غناء فيه

لقد أصبح الفوز فى الكفاح رهناً بما لدى الفرد من شخصية قوية ، فى ذلك العالم الذى احتدمت فيه المنافسة ، واقترن النجاح بالشهرة والمادة ، وسحق القوى من الضعيف أو تنكر له فالناس فى جهادهم المتعب من أجل الظهور والسيطرة والأمن لم يعودوا يحفلون بمن لم تؤهلهم الحياة لهذا الجهاد ، فمن أعوزه الاعتماد على النفس والثقة بالنفس وضبط النفس صرعته تلك الأعمال المموهة بالعطف ، والذى تقوم عليه كيان الحضـــارة القائمة فى صراعها الصناعى والاجتماعى والتربوى من أجل البقاء.

الصراع النفسي

تدفع الانسان إلى النشاط والسعي حوافز كثيرة منها الفطري الموروث ومنها المكتسب والحوافز الموروثة عديدة منها الجوع والعطش والحاجة إلى الراحة والنوم ، ومنها الخوف والغضب والحافز الجنسي أما الحوافز المكتسبة فتلك التي يتعلمها الفرد من بيئته وخبراته وصلاته بالناس كالميول المختلفة (الميل الى القراءة مثلا) والعادات (كالصدق والادخار) والعواطف (كالعاطفة الدينية والقومية) وكالمبادئ والمثل العليا وكالحاجة إلى الأمن والشهرة والسيطرة

والانسان كائن معقد يعيش في صور لا تحصى من اوجه النشاط كما ان البيئة التي يعيش فيها معقدة فيها عشرات محفزة تدفعه الى النشاط والتصرف لذا كان من المحتوم ان تقوم صراع بين حوافزه بعضها وبعض ، كما يحدث بين العصب مر [illegible] والخوف [illegible] الادلال ، وكما [illegible] حرف من [illegible]

لا يستطيع أن يطلق العنان لكثير من حوافزه يعبر عنها بالأسلوب الذى يشتهيه . وهنا يقوم الصراع أيضاً بين ما يريده الفرد وما يفرضه المجتمع من قيود .

وللانسان أساليب عديدة فى معالجة ضروب الصراع تلك . فقد يعمد الى مواجهة الصراع بصراحة ، ويأخذ فى تحليله ومحاولة التوفيق بين عناصره المتضاربة ، وقد يفلح فى حسم النزاع على هذه الصورة العلمية السليمة . أو يعمد إلى التنفيس عن الخاطر المكظوم باظهاره فى ثوب مستكر كتلك الابتسامة الصفراء خلال الحديث مع شخص نضطر إلى مجاراته رغم أنفسنا . وقد يلجأ الانسان لتهدئة الرغبة المعافة ، او الخاطر المعاق إلى تأجيله حتى يجد ظروفاً ملائمة تكفل اشباعه .

والصراع فى حد ذاته الم ، يسبب للنفس من التوتر والاذى الصامت ما قد يزرح تحته النفوس المرهفة . وكلما كانت الحوافز المتضاربة عنيفة ملحة ، او كان بعضها مما ينكره المجتمع أو العرف انكارا بلغا . كان اثر الصراع اعمق فى النفس فهى ... ل الخلاص منه باى ... ن فعمد المر إلى ... او ار ... من ... الشعور وطرده منها إلى منطقة من ... صراحة ... وصوب ... إلى تلك المنطقة التى نسميها ... و ... ل ... ع ... ...

قصد من المرء، إلى هذا اللاشعور، وهنا يقال إن الخاطر قد كبت وتسمى العملية « بالكبت »

والخواطر أو الرغبات المكبوتة ليست شيئاً جامداً لا أثر له في نفس الفرد وسلوكه فهي مع عزلتها نشطة لا تزال تحتفظ بقوتها وعنفوانها ولا تزال تطلب الاشباع، ولعلها تصل الى شيء من هذا إذ تبدو في احلام المرء او تظهر في خطأ عفلته تبدو على لسانه او زلة في قلمه وان سدت دونها السبل أن تعبر عن نفسها بصورة مباشرة لجأ الفرد إلى اشباعها طرق ملتوية منحرفة سنعرض لها بعد قليل

واعلم علماء النفس اليوم على ان الصراع النفسي وكبت الخواطر والرغبات من اهم الاسباب المؤدية الى الانحرافات النفسية والعلل العصبية وشتى ضروب الزيغ في السلوك ومنها التورط في الاجرام بعد ان المختص والمحلل ... كثير من المجرمين ... والمجرمين على ان أعراض الانحراف او ... كان ... ماهي ... وسائل ... اصطنعها ... خلاصاً من التوتر النفسي ... الصراع وكبت الرغبات ... وهي ... عن موقفه ... إرضاء جزئياً لرغباتهم المكبوتة، وهي مع ... كتسابها ... حصول ... ورا

هذه الأساليب الانطواء على النفس والاستسلام لأحلام اليقظة ، يشبع فى أوهامها ما استعصى عليه تحقيقه فى الواقع ، فيها ينتصر الضعيف من أعدائه ، والمظلوم ممن ظلمه ، فيها يصبح العاجز قوياً والفقير غنياً ، والغبى ذكياً فالخيال هنا يخفف عن المرء بعض مايدور فى نفسه من صراع ، وقد يسترسل المرء فى هذه الأحلام ويلجأ اليها كلما حزبه أمر ، فاذا بها تصبح لديه عادة ... بل حصيرة تحول بينه وبين مواجهة الواقع ، وتجعله يؤثر العزلة والانفراد وتؤدى به الى الخلط بين الخيال والحقيقة وتشغل جزءا كبيرا من حياته أو تعطله عن العمل المجدى

ومن هذه الأساليب الشاذة ان يلجأ الشخص إلى ... التمارض واغلب الظن أنه شخص محروم من العطف والأمن والاعتراف بشخصيته ، فهو يلجأ الى المرض عسى أن يحقق له المرض ... من حرمانه ... المقدر فالمريض شخص ... يقضى حاجاته ورغباته ، والمرض فى هذه الحالة مظهر من مظاهر ...

ومن الناس من إذا عجز ... لم يحول ... أو ارتكب منكرا من السلوك حاول ان ... بأسباب واهية ... عن ... ما اصابه من فشل الى شخص آخر ... عمله ، او يجد ... من ... التى الذى ... عن ...

هذه الأساليب ...

لاتفلت من الورطة فيها أحيانا الشخص السوى العادى ، لكنها تمسى صائرة خطرة إن أصبحت لدى الشخص عادات متأصلة ووسائل لازمة لايجد عنها بديلا فى تخفيف الصراع عن نفسه وإرضاء رغباته ، عندها تكون تلك الأساليب نفسها أعراضاً لعلل عصابية أو أمراض نفسية كما سنرى

وهكذا نرى أن الفرد ، فى مدنية معقدة كتلك التى نعيش فى أحضانها ، قد أصبح مسرحاً لضروب شتى من الكبت والصراع النفسى الدائم ، مما هو شديد الخطر على سعادته وصحته العقلية وإنه لسعيد ذلك الذى يعمل على أن يحدد له فى الحياة مثلا عاليا واضحا ، وهدفاً أعلى يسعد به حلمه ويسيطر على شخصيته ، فيصبح له عونا ومعينا يستمد منه فى مواقف الحياة الحادة حوافز الى العمل قوية عاتية تتلاشى دونها الرغبات الطارئة ، والدفعات السانحة ونزواته الفطرية الأخرى ، فإذا به قد أصبح بعيدا عما يتعرض له غيره من ضروب للصراع لا يدرى وجهة او افقا من الحيرة [illegible] ما يستطيع به أن يعرف نفسه [illegible] الحصة

المشكلة الجنسية

يتفرد الخاطر الجنسي دون بقية الخواطر الانسانية الأخرى
- فطرية ومكتسبة - بخصائص تفرع عليه من
القوة والغرابة ما يجعل له في حياة الفرد وحياة الجماعة اهمية خاصة
وأثراً ملحوظاً

فمن ناحية القوة نرى انه ليس من الخواطر خاطر له نفس
الالحاح البيولوجي كما لهذا الخاطر وليس فيها ما هو محدود وسائل
الاشباع كالخاطر الجنسي هذا فضلا عن اتصال نشاطه ولا تنشط
في فترة وتفتر في الاخرى كما هي الحال لدى كثير من الحيوانات

أما الغرابة فيتلخص في ان مظاهره تبدو في بعض الأونة
غريزية عمياء ساذجة تشير باسلوب مبين إلى ما بين الانسان
والحيوان من صلة وما بين الحياة النفسية في كليهما من تشابه
اساسي بينما تتجلى تلك المظاهر آونة اخرى في صورة ... في
اسمى ما يصل اليه الانسان من نشاط عقلي و خلقي و ...
بما يجعل ... من الانسان والحيوان ...

وقد ... الجنسية في ...
خطر هذا الخاطر في حياة الفرد ...
من ذلك ...
الخاطر الجنسي ...

باساليب كثيرة متنوعة تختلف عن الأساليب الخاصة للكبار ، ولكنها في نوعها جنسية الصبغة فالطفل الصغير يجد لذة « جنسية » في مص أصابعه ، وفي أثناء الرضع ، وفي التبول ، وعند لمس أعضائه التناسلية ، وعندما يمارس العادة السرية !

ولعل الانسان هو الحيوان الوحيد الذي تطور هذا الحياة مرتين في حياته : المرة الأولى في الطفولة المبكرة قبل سن الخامسة ، والمرة الثانية في السنين التي تلي البلوغ

أصاب الشاب أو الرجل أو الكهل انحراف جنسي ، أو مرض عصبي أو عقلي ، أو شذوذ في السلوك أيا كان نوعه فلنبحث عن سبب كل ذلك في الحياة الجنسية الطفولية الأولى ، وإنا لاشك واجدون في طياتها ما يعلل ظهور هذه المتاعب النفسية للشاب والرجل الكبير !

لا نريد أن نتعرض لهذه المدرسة هنا بنقد أو تحليل ، بل نكتفي ان نشير إلى أنها مدرسة أفضت إلى دراسة الطبيعة البشرية بالكثير النافع المنتج ، وفتحت أمام علماء النفس افقاً جديداً جديراً بالبحث والارتياد وتنبهت الأذهان الى ضرورة الاهتمام بالناحية الجنسية في حياة الطفل والبالغ لما لها من خطر تكشف الحياة النفسية جميعاً والغريب في الأمر ان هذه المدرسة ، مع ما جاءت به من نتائج مسرفة ، وتعميمات بعيدة عن الضبط العلمي ، ومبادئ ...ك الشطط في التأويل — الغريب أنها مع هذا كله قد افلحت فلاحاً ملحوظاً في الناحية العملية اذ تقوم بتشخيص العلة ووصف الدواء النفسي لكثير من حالات ... وقد ... امامها اصحاب النظريات السليمة ، والمبادئ العملية ... و ... الدس وهذا مما يشير الى ان نتائج هذه المدرسة ... بعض الحق

ومهما يكن من امر ... اننا نكاد ... في الوقت الحاضر ... لنفس الذي ... الربيع ... والا ...

له صلة وثيقة بحياة الفرد الجنسية فى الطفولة وفى عهد البلوغ

والحق أنه ليس من الحوافز الانسانية جميعاً حافز حاربتها المجتمع فى قمعه واضطهاده والتشديد عليه كالحافز الجنسى الذى وقف دونه الرقيب ألا يبدو حتى فى أحاديث الناس . وليس من الحوافز ما أحيط بالكتمان والدس والإثم كالحافز الجنسى . لكن الطبيعة البشرية لها أساليبها الخاصة حيال هذا القمع والاضطهاد . فكما أن الفيضان الشديد إن اعترضته السدود سعى وفقه ، اتخذ النهر لنفسه مسارب داخلية أو فاض على الجانبين ، أو حطم السدود . كذلك الحال فى الحافز الجنسى فغير قليل من العلل العصبية ، وأنواع الشذوذ ، بل والجنون ما هى إلا أساليب ملتوية ، ووسائل غير سوية لإشباع هذا الحافز العنيف

من أجل هذا كله بدت الضرورة إلى إعادة النظر فى مسائل التربية الجنسية التى تخبط الأقدمون فى إيجاد حلول صحيحة لها ، وأصبح لزاماً أن تعير تلك التربية ما تستحقه من عناية ، فهى من [illegible] الوسائل لصحة العقلية السليمة للفرد والمجتمع

كان [illegible] أن العلم بالشئون الجنسية يؤدى إما إلى الإسراف [illegible] والخوف منها [illegible]
[illegible] صحيحة [illegible] مظاهر [illegible] الخاطئ
[illegible] يتساءلون عن أصل وجود الطفل أو أى شئ
[illegible] الصحى هذا أمر

بالعسف او الهرب أو الكذب واما بالسكوت والإهمال مع حيرة بادية على وجوه من يسألون ثم أخطط الحديث في المسائل الجنسية بحو من اللف والموارية حتى فيما يدور حول البول والتغوط والعري والحمل والحيض وعوقب الطفل الذي يلمس اعضاءه الجنسية دون ان يفهم سبباً لهذا التحريم العجيب بين اعضاء الجسم المختلفة كذلك حمل بين الصغار ان يد يعصيه لتعصير ... مدرين اما من قبض عليه ملتبساً بالعادة السرية فهو يعامل ... يسع مصيره الى الجنون وكان ينال من القسوة في العقاب ما لا ينال الطفل السارق او الكاذب او هارب ... اذا ... الطوق لعن ان كل صلة جنسية حتى المسموح منها ...

وقد ترتب على هذه التنشئة الضالة من الآثار الخطيرة شيء كثير فقد نشأ في نفوس الاطفال منذ ... لاول ... عقص بالاثم والخوف يقرن بكل مايتصل بالجنس ... هذا الشعور يترسخ في النفس حتى ... في ... الكبر

وقد ـب لصراع النفسى فى نفس الطفل والدافع بين الحافز الجنسى . ر . ب القمع ملك أدى بالكثير الى الفتور الجنسى الد " و القصور الجنسى ، وما ورا ذلك من شذوذ وفشل فى لحـ ، ، الزوجيه لأن اد الجنسين معا

وإن صح ا ا ن اساس بعض ما وصلت اليه مدرسة التحليل النفسى ، الـالفه الذكر ، انا ان تهديد الآبا لابنائهم وتخويفهم م عن . العادة السرية ، سبب شائع لظهور العلل العصبية عند الاطفال والشبان كما ان كثيرا من حالات الانحراف الجنسى عند لـكـ ... ووقوف مو الحافز الجنسى فى اثنا تطوره الطبيعى عند الطفولة وان سبب ذلك الوقوف والتعطيل هو الاهمال او ... حياة الطفل الجنسية اثناء الطفولة

وهكذا أفضت الثقافة الجنسية القديمة إلى خلق جيل من المنافقين المخادعين بعذبهم وخز الضمير والشعور بالاثم ، فد سممت نفوسهم نحو الآباء والزواج وافراد الجنس الآخر ، كما أنها ساقت عدداً غير قليل إلى العلل العصبية والشذوذ

* * *

لقد ظهر اليوم أن الاتجاه المذموم في الثقافة الجنسية كان بملء الأوضاع ، فالجهل بالشئون الجنسية والخوف منها هو السبب الاساسي للتبذل فيها والنفور منها وكلما اكتنف الغموض والخفا هذه الأمور ، كلما زادت الرغبة فيها والتطلع إلى معرفتها فإلقاء الضوء على هذه المسائل المحرمة المستورة يطهرها من الجراثيم التي تفشى دائما في الجو المظلم

ثم ان الصحة ليست [illegible] ، كما زعم الاقدمون فالنشاط الجنسي موجود في الطفولة ، كذلك الاهتمام والرغبة في الاستطلاع الجنسي يعترف بهما كل اب وام فبدلا من ان نسمح للطفل [illegible] الحقائق مشوهة محرفة من زميل او كبير وجب ان نحصنه بالمعرفة الصحيحة كما نحصنه ضد [illegible] حتى لا تعمل فيه سموم الجهل والكذب فالطفل [illegible] في [illegible] والصغر [illegible] من [illegible]

والثقافة الجنسية [illegible] لا تدع للطفل [illegible] عن الحقائق [illegible] من [illegible] فلا [illegible] احرى [illegible] المقدمات [illegible] للطفل [illegible]

العقلة والصلة الإنسانية بين أفراد الجنسين

ومما تتميز به التربية الحديثة أيضا عدم التجائها إلى النصح والوعظ ، أو اللوم والتوبيخ ، فكل ذلك لا يغنى فى وقف طفل عن الاسترسال فى العبث الجنسى أو رسم الصور على الجدران إنما الطريق الصحيح أن نغير الاتجاه النفسى للطفل حيال المسائل الجنسية ، ونوجه بها توجيها معقولا أما فرض المعايير الأدبية فغير مجد فى إزالة الاهتمام بها أو التورط فى مساوئها

وهكذا تخطو الاتجاه الحديث خطوات واسعة فى سبيل الصحة العقلية ، والشجاعة الأدبية ، والجدارة الاجتماعية ، بفضل تلك الثقافة التى لا تقسر الطفل على كبت خواطره ، والخوف منها والاحجام عن التعرف بها ، وصنعها بذلك الوزن الفاسم الآثم

* * *

اول ما يجب عمله لحسن القيام بهذه المهمة الجديدة الشاقة والسير بالنشء فى هذا الاتجاه السليم هو البدء بتوجيه الآباء والكبار و تنبيههم بما يجب من توجيه امر الصراع الجنسى [illegible] نشء [illegible] تنبيههم عليه ثم تصيرهم بخطورة [illegible] كبت

ماهى الا سحه حهل الآباء وفرط اسحسانهم وما عيطهم من حرق إد يعالجون هده الشىون

كما انه لا يحب الانتظار حتى يحل البلوغ للبدء بهده الثقافه بل يحب البدء بها بدريحا من عهــــد الطفوله . فىكون على قدر ما يطلبه رعبه الطفل فى الاستطلاع ، وما تحتمله قدرته على الفهم فالثقافه التى يرود بها طفل فى السادسه يحب ان تختلف فى نوعها وشكلها عن تلك التى تقدم لطفل فى الثاسه عشره أو الرابعه عشره على شرط الا تتضارب الثقافه فى الحالتين ، وان تكون الاحابه عن أسئله الطفل قائمه على الصدق والبساطه والصراحه وعدم التكلف ، ودون ان تعبر المحدث الموضوع اهتماما رائدا أو تبدو عليه امارات الحيره والخجل . فحب الاستطلاع الجنسى يجب ا ... نشبع حتى يعبر

فان تورط الطفل فى ضرب من ضروب لعب الجنس فلا تصرف الآباء تصرفا تشوبه الشدو والحزم والرزانه ... عن التهديد والتخويف والتقريع فتلك ... الطفل به يحسن الا يشعر الاب او ... هذا الطفل ... عدم التساول لا تعنى عدم الرعبه فى الاستطلاع

والصله بين الابوين ... عامل مهم ... احدهما ... فالاحتفاظ ... تنشأ ... فى بيوت ... ونشوب ... وقد ... المهمه ... وبحب ما فيها من مودة ورحمات

ولنذكر أن الاسراف فى تقبيل الطفل ، أو تدليله وفرط العناية به ، أو الافراط فى حمله وملازمته فى ساعات اليقظة أوالنوم ، مما قد يفسد على الطفل حياته الجنسية فى عهد الكبر

وحبذا لو تعاون البيت والمدرسة — كل على اسلوبه — فى تقديم هذه الثقافة للطفل والبالغ وفى كثير من العلوم مجال لتقديم هذه الثقافة على وجه غير مباشر

وعلى كل من يقوم بتوجيه النشىء وتثقيفه ان يذكر ان الطفل او الفتى لا يمكنه ان يتقبل الارشاد ، او يلتجيء إلى شخص ليس موضع ثقته واحترامه وهذا شرط اساسى لكل تثقيف مثمر

° ° °

ان الثقافة الجنسية الصحيحة وان وصلت بالفتى فى اوائل الشباب إلى حياة نفسية خالية من كل انحراف او فكرة جنسية ملتوية ، فان ذلك لا يمنع من الحاح الحافز الجنسى وضغطه على الشاب خاصة فى حضارة حفلت بالوان عديدة من الإغراء ، تقدر فيه السكر بالزواج لظروف اقتصادية وتعليمية سى

الحسى انهماك الشاب واشتغاله بأعمال فكريه أو فنية وألا يدع لأوقات الفراغ سلطاناً عليه

فالعمل ، أياً كان نوعه من أنجع الطرق « لإعلاء » الحافز الحسى ، ومن الملاحظ أن أولئك الشباب الذين يحمل جانبهم ؛ ول ومسائل عمله أو فسه مصرفه نشاط رياضى ، لا تشغلهم النزوات الجنسية فتعض عليهم الحياه كأولئك الكسالى الذين خلت حياتهم من اية هوايه مفيده . أو فن أو عمل

ومن هنا يبدو ان تكوين الميول النافعه ، والاهتمام بالنشاط الرياضى — وهما ناحيتان تؤكدهما التربيه الحديثه — من خير السبل لاجتياز مرحله الشباب بسلام

الفطام النفسي

في دنيا الشباب نفر غير قليل لا يزالون يتشبثون بكثير من صفات الطفولة وعاداتها ومميزاتها فهم لا يستطيعون التحرر مما كانوا ينعمون به أطفالا من الأمن والسرور وحماية الأبوين والإشفاق الصادق في دار الحياة بالأسرة، بل لا تزال تلازمهم مظاهر الطاعة والخجل والخضوع، أو التمرد والاندفاع والأنانية الى غير ذلك مما يشهد الصغر. وهم فوق ذلك ينتظرون من الناس من التسامح والتساهل في المعاملة ما كانوا يعهدونه صغارا في آبائهم. كما يهربون من تحمل التبعات ومواجهة مشكلات الحياة. ومنهم من يشتد به الحنين الى البيت والوالدين فلا يطيق الاغتراب او السفر او الانفصال الذي تقتضيه الحياة الزوجية.

هؤلاء «الكبار» لم يتحرروا بعد من الطفولة وإن كبرت أجسامهم وأحلامهم، فهم لا يزالون يعتمدون على آبائهم كما يعتمد الرضيع على أمه. ويفتقدون الكثير من صفات الرجولة، كالاعتماد على النفس، والقدرة على تحمل المسؤولية، والصبر على الحدثات وبعبارة أخرى فهؤلاء لم «يفطموا» بعد «نفسيا».

فالفطام [illegible] هو تحرر [illegible] من [illegible] النفسي بعائلته وإحساس [illegible] بفرديته [illegible] الخاصة بعد الطفولة، وذلك من الأسس [illegible]
[illegible]

يصبح الشاب حرا في اختيار عمله حرا في اختيار زوجه ، حرا في تكوين وجهة النظر التي يراها في الحياة ففي سن العشرين يجب ان يكون كل شيء سوى وقد ترك مخلفات الطفولة من الاعتماد الكلى على ابويه ، أو الالتصاق الاعمى لما يعرضان ، بل يجب ان يكون مستعدا لمواجهة الحياة دون التلفت إلى الورا

ولا يقصد بالفطام تحدى السلطة المشروعة للابوين أو قطع الصلة بهم ، او عدم العطف عليهم والاهمال بهم فالفطام لا يعني عدم الاحترام ، بل عدم الاعتماد وكثير ممن لم يتم فطامهم النفسي يتحدون الآباء ويتمردون عليهم كما يفعل الاطفال

كذلك لا يقصد بالفطام الانفصال عن منزل الاسرة فهناك من يسكنون بعيدا عن آبائهم ولما يتخلصوا بعد من اسار الطفولة وروابطها بالاسرة ومن يقطنون معهم من ابتدا ... حياتهم كما كان يحميهم آباؤهم من قبل

تكالف الرحولة أو الأمومة وقد يعرض الفتيان فيها لضروب من القسوة امتحانا لحملهم ، أو تعزل الفتيات مدة من الزمن عن أمهاتهن وهذا اعتراف بضرورة التخلص من رباط الأسرة والاندماج فى العصبة فى هذه السن

وفى بعض الشعوب الشرقية تقام حفلات خاصة للبالغين ، فيها تلغى أسماء الدلال التى كانت تلازمهم أطفالا ، ثم تخلع عليهم أسماء جديدة

والنظام العصبى — كالنظام الجسمى — عليه شاقة أثقة ، وكثيرا ما يكون مصحوبا بنوبات عصبية نتيجة للصراع الذى نشب بين الماضى والحاضر ، بين العادات القديمة والتكاليف الجديدة وفى كثير من الأحيان يجد الأبناء والآباء صعوبة فى التنازل عن العادات التى ألفوها وأساليب العيش التى اصطنعوها لكن مقاومة ... أكبر

مردها إلى قصور فى الفطام النفسى وما ينتج عن ذلك من جمود وإعراض عن بذل الجهد والكفاح كما دلت أيضا على أن المسئول عن هذا — إلى حد كبير — هم الآباء[1] إذ يتشبثون بتلك الحقوق الأبويه الخالده التى خلعتها عليهم الأجيال

فمن الآباء والأمهات من يعز عليهم أن تفلت من أيديهم ذلك المعبود الذى نعموا به زمنا ، فنرى الأم أو الأب لا يزال يسرف فى استعمال سلطته ، أو ترى الأم وقد استمرت تعنى فى تدليل ابنها وقضاء حاجاته ، وحل مشاكله ، وانتظار مشورته ، والجهد فى ألا تنصرف عاطفته إلى غيرها من الناس

الصراع والشد والجذب فى نفس الطفل فأين هى البيوت التى خلت تماما من النزاع ، والمحاباه فى معامله الأطفال ، وعدم التدخل فى شؤنهم ، وردودهم عما يصبوا إليه نفوسهم من سعاده ، وقامت لهم بما يتطلبه عهد الطفوله من حقوق ، وبما يرجوه عهد البلوغ من حب وتحرر واستقلال فالبنت فى أغلب الأحوال ليس البنت المثاليه التى يرنو إليها الفتى فى مستقبل الشباب . ولو منح الآباء من أبنائهم فى هذا العهد ، بقدر من العطف الذى لا تشوبه كراهيه أو خوف لكان للآباء فى هذه القسمه كسب كبير

ومن الآباء من [illegible] هذه العواطف [illegible] أبنائهم لقاء ما أسدوه إليهم من معروف ، وما بذلوه فى سبيل تربيتهم من جهد [illegible] الأمر معروف ولا صحيح فالآباء [illegible] والذكرى [illegible] لإهمال أو الاستسلام للعقد تحول [illegible] وتطلعاتهم [illegible] الوقوف على [illegible] فى هذه [illegible]

الطعام أو يجعله أمراً عسيراً أو يعطله تماما

والتربية الاستقلالية التي تقوم على تعويد الطفل الاعتماد على نفسه من خير الطرق في ذلك. فالطفل ذو الرابعة الذي لا يزال عاجزاً عن أن يشرب اللبن وحده من كوب، وذو السادسة الذي لا يستطيع أن يصنع ملابسه بنفسه أو الذي تأخذه سورة الغضب إن خرجت أمه وتركته في البيت. أو الذي لا يقدر على السير في الطريق إلا ممسكا بذراع أمه، وذو السابعة الذي لا يزال يسمح لامه أن تطعمه، والذي لا يستطيع النوم بمفرده إلا … كل هؤلاء أمثلة بدايات لعلم النفس لشباب صعب، وفشل محتمل في الحياة

اما الآباء أنفسهم فخير لهم أن يجعلوا لأنفسهم ميولا خارجة عن دائرة أبنائهم، كي يكون لهم مسار ومشاغل، وحتى تستطيع ان تسد الفراغ الذي يحل حياتهم يوم انفصام النفسي لأبنائهم

ومشكلة الفطام أعقد وأعسر إن كان الطفل وحيدا في أسرته أو كان أصغر الأطفال، أو كان طفلا لا يتمتع بصحة طيبة، كما يكون أشد أيضا عند انتاب … ومهما يكن من من المتذكر الآباء (الذين يعطون بعطفهم) ان … فيما بعد … في الحياة فلا يكون … إلا كراهية واحتقار وحقد دون

—

وبالدلالات … ان …

نشير إلى بعض العواقب الخطيرة النادرة التي تنشأ عن عدم الفطام فضلا عن تلك التي سبقت الاشارة إليها

فالشخص الذي لم يتم فطامه وفصاله العاطفي من اسرته ، يتوقع من رئيسه في العمل الإنصات عن زلاته ، والتخفيف عنه ، والتسامح معه ، والتساهل له ، فإن لم يجد من الرئيس ما يرجوه فقد يثور عليه أو يتحدث عنه بالسوء ، أو تأخذه الخوف والشعور بالظلم فيكون في تفكيره وتصرفاته غير ما يرجى من أمثاله ، ويكون العاقبة فشلا أكيداً

فإذا تزوج مثل هذا الشخص (شابا كان او فتاة) فإنه يرجو ويتوقع من شريكه في الزواج ما كان يعهده في المعاملة من أبويه فإن كان الأبوان من الصنف اللين المتهاون ، انتظر الابن (ذكورا أم اناثا) من شركائهم في الزواج التدليل والايثار والتسامح رغم ما يسببه لهم هذا من الضيق والأذى وإن كان الأبوان من الصنف المتسلط [illegible] طلب الأبناء من شركائهم في الزواج الوحدة والإرشاد وحمل مسؤوليات البيت وتعهد الأطفال

وحدث ان رفض أستاذ ترك بيت الأسرة عند الزواج [illegible] المدينة ان [illegible] اسرتها او تحمل الزوج زوجته على العيش مع أسرته [illegible] وقد تسارع باخماه الا وجه الى البلد

[illegible] نعم العقم ان من أهم [illegible] الزواج من

امرأة تقاربه أمه فى السن ، وأن تميل الفتاة إلى الزواج من رجل يقارب أباها فى السن ، وكل شرع ألا يحيد عن تلك العادات التى ألفها والروابط التى درج عليها فى بيت الطفولة وأمثال تلك الزيجات عرضة لفشل محتوم . فالصلة بين الأزواج تختلف فى طبيعتها وفى نوعها عن الصلة بين الطفل وأبويه ، ولا يمكن قط أن تكون على غرارها وكل محاولة فى هذا السبيل مغالطة وتحد لقوانين الطبيعة البشرية

آدرسب معاشرت کا بعض مسئلوں

بعض مشاكل السلوك

تبدو لدى الكثير من الشباب مظاهر غريبة شاذة من التصرف أو التفكير والشعور، تكون مبعث الحيرة والقلق من الشاب نفسه او من أبويه ومن يحيط به من الناس. فهذه فتاة او فتى قد احتواه الخجل المفرط فحال بينه وبين الاتصال بالناس، وذاك قد آثر الانطواء على النفس والاستسلام لأحلام اليقظة وآخر يكتنفه شعور شامل بالسخط فلم يعد راضياً عن شيء، ومن ولا من تأخذه ثورات من الغضب والتهور والاندفاع لا تلائم مع بساطة المواقف التي يتعرضون لها، ومن الشباب من تؤذيه الحصر والتلعثم إن هم بالتحدث في حضرة أحد من الناس، او من سوء تصف العادة السرية لا يستطيع منها خلاصاً، ومنهم من تمضي حياته النفسية الوان من القلق والتردد و الريبة، [illegible] رد على ذلك اولئك الذين يقطعون صلتهم بالاسرة فيهربون من البيت [illegible] في الارض كلما حزبهم امر بسيط [illegible]

كل تلك [illegible] ضروب من المشاكل السلوكية يندر ان يخلو منها شاب [illegible] اضطراب الحياة النفسية لمرحلة البلوغ بما يصاحبها من حيرة وصراع ويحتمل تفسير هذه المشاكل او اغلبها [illegible] توجيه الصحيح والإرشاد اللازم الذي يجب ان [illegible] هذه السن لكن كثيرا من تلك الظواهر [illegible] مشكلة لا كرهات وعادات سيئة اصطنعها

الفرد فى طفولته . إن هى إلا أمارات تشير إلى سوء التربية الأولى فى عهد الصغر

وتفصيل ذلك أن الطفل فى عراكه مع الأشياء وفى صلاته بالناس ، فى ألعابه ، وأعماله ، تعترضه صعوبات كثيرة مختلفة يضطر حيالها إلى تحوير سلوكه بعض الشىء حتى يلائم تلك الصعوبات الطارئة وقد يفلح الطفل فى تصرفه فيصل إلى حلول موفقة لتلك الصعوبات ترضى نفسه وحوافزه ومن حوله من الناس ، أو لا يهتدى إلى الحل الموفق فيبحث عن مخارج أخرى للتنفيس عن حوافزه ورغباته التى أعيقت ومن الأطفال من إذا ارتطم بصعوبة كان تصرفه فاشلا ، إذ يشتد غضبه ، أو يضرب من حوله أو يلزمه العناد ، أو يفر من الناس ويترك العنان لأحلامه ، أو يصر ويشتد ، أو يأخذ فى التمارض فيجد فيه وسيلة لجلب الالتفات إليه والعطف عليه فالطفل الذى ينزع لعبته منه طفل آخر يراه أمامه يحاول استردادها بالقوة ، فإن لم يفلح فإنه قد يلجأ إلى ضرب هذا المعتدى أو سبه أو خطف لعبته أو [illegible] أو [illegible] آخر أو قد [illegible] [illegible] هذه التصرفات جميعا [illegible] [illegible] رهه من الزمن

والطفل فى محاولاته [illegible] قد يصل إلى [illegible] وتشبع حوافزه فإن لم [illegible] [illegible] فإنه بعد ذلك التصرف [illegible]

يصبح هذا السلوك على مر الظروف، عادة راسخة لديه فمن وجد في الانعزال وأحلام اليقظة ارضاء رغباته آثرهما على غيرهما كلما حزبه أمر ومن وجد في الاعتداء أو في الكذب او في الخداع راحة نفسه رجع إلى تلك والتجأ إليها ومن وجد في أبويه وسيلة سهلة كلما اعترضه مشكلة سارع اليهما لحلها له ما هو فيه من ورطة

وهكذا نشب الأطفال بطريقته من الاتجاهات النفسية والعادات وطرق التصرف بعضها صالح موفق، والبعض الآخر شاذ غريب ملازمهم في طور الشباب، او يبقى لازمهم في سن الرجولة

وأطلب علماء النفس اليوم على أن الأساليب التي يعالج الناس بها صعوبات الحياة ومشاكلها، قد تكون لديهم، الى حد بعيد، في عهد الطفولة فكثير من الشبان والكبار الفاشلين في حياتهم والاشقياء، هم أولئك الذين حرموا من الإرشاد السليم والتوجيه الصحيح في حل مشاكلهم وتهذيب تصرفاتهم في عهد الصغر

ولو بحثنا عن السبب الأول في تكوين هذه العادات السيئة (المشاكل) لوجدناه يدور حول التنازع بين الحوافز المختلفة أو حول [illegible] من رغبات محبطة

و [illegible] حاجة [illegible] الى [illegible] رحاجة الى العطف [illegible] حاجة الى [illegible] [illegible] من الحوافز الاجتماعية [illegible] ومن [illegible] [illegible] كثير مما يعوق ارضاءه [illegible] إشباع [illegible] [illegible] كثير من مشاكل السلوك [illegible] لأحد حوافزه القوية فقد [illegible] [illegible] [illegible] الخطر

وبما أن العادات التي يتخذها الفرد في صغره عامل مهم في تكوين شخصيته ، لذلك تكون تلك العادات السيئة التي يجد منها مخارج مما يقع فيه من صعوبات ، من أهم الأسباب في عدم تكامل شخصيته بل إن تلك العادات نفسها ، لو اشتدت وطأتها ، وزاد إلحاحها ، وصعب تخلص الفرد منها ، بل اتخذها مهربا كلما ضغط عليه الواقع ، كانت هي نفسها أعراضا لخلل شخصيته أو عقله مخيلته

أحلام العظمة

النهايه ، فيلوم الناس أنفسهم ، ويرجعون عما هموا به من غى وعبث ، وإذا به يصبح طللا يشار إليه ويرد اليه اعتباره من جديد

فأحلام اليقظه صمام أمن للرغبات المكبوته ، ونوع من التعويض عن نقص حسمى أو عقلى يشعر به المرء ويتألم من اجله ، على أنها ليست دائماً من ذلك النوع العابث المطلق ، وليست دائماً من الخطوره بما يراه فيها بعض الناس ، إذ انها قد تحفز المرء على تحقيق ما تدور حوله احلامه ، او يكون لديه مجالا يصبح فيه ... وخطه ... لمشروعات يصبو إليها ، وهى بعد مسه قوى للخيال الابتكارى ... عند المرء

اما ان رجحت الأحلام الجامحة الجامحة ... وشغلت حيزا كبيرا من نواحيها ، فهنا تبدو ضررها ... ويكون ذلك عندما ... بالحال لدى الفرد من حيز الإمعان فى أحلامه ، وعندما ... هذه الأحلام ... الفعلى لأعماله ، وعندما ... ... الناس

... هذه الأحلام ... ... لا ...

والانطواء على نفسه ويصبح ... ...

... ... اكبر ... ... المدح

... منه ... مواجهة ...

الشعور بالنقص وعواقبه

... ... الشعور ... ...

... ... ما

هو عليه من قلة الخبرة ، وضعف الحيلة ، والعجز عن النظر النافذ
فى الأمور أو الحكم الصائب عليها ، يحتويه شعور بنقصه وقصوره
فالشعور بالنقص أمر طبيعى عند كل شاب . وليس فيه عند هذا
الحد ضرر ما ، بل قد يذكى فى نفس الشاب الرغبة فى محاكاة غيره
والعمل على إحسان نفسه

لكن هناك ظروفا تزيد من هذا الشعور وتلهبه وتؤكده فى
نفس الشاب . وقد تتآزر تلك الظروف مع شعور الشاب الأصلى
بنقصه ، فتحدث فى نفسه صدعا قد لا يجبر طول حياته

من أمثال ذلك ان يكون بالشاب عيب جسمى أو عقلى . فكل
شاب هزيل او سمين ، احدب او أعرج ، قصير النظر او ثقيل
السمع ، او متبلد الذهن ، عليه أن يدفع عن نفسه مرتين . ذلك ان
نفسه تجد له قاصرا بالقياس إلى غيره ، كما انه تجعله هدفا
لسخرية أترابه وتعريضهم به . وعهد الشباب لا يرحم

أو يكون للشاب أنداد لا يمكن يوازيانه دوماً وفى كل
مناسبة بأخيه أو ابن عمه او صديق له أكبر منه ذكاء ، ويقال
عليه أنه أقل من هؤلاء جميعاً

او مدرس يكلفه اعمالا فوق مقدوره واستعداده فيحكم عليه
بهذا الا يصل الى نتيجة ترضى ، ويحرمه ان يجنى ثمرة مجهوده
ومن ثم يلازمه خاطر أليم بأنه اقل من غيره وأضعف شأناً . وهذا
هو الشعور بالنقص نفسه

وللإنسان طرق عديدة يحاول بها الدفاع عن نفسه من التقصير
الذى به ، أو الذى يحمله أحيانا ، حتى يمحو من الألم المبرح الذى

نسبة له هذه الطرق هي ما تسمى بوسائل « التعويض »

وللتعويض صور عدة منها « التعويض الموفق » وهو الذي يصارح النقص ويتغلب عليه كأن يدأب ضعيف الجسم على تقوية جسمه بشتى الوسائل فإذا به شديد العضل مفتول الذراعين أو يجد المرء في التعويض بحالته الاجتماعية حتى يصل الى ما يصبو اليه ومن امثال ذلك « ديموستين » الخطيب إذ كانت به لكنة فعمل على تقويم لسانه حتى صار اخطب قومه

فإن لم يكن في قدرة المرء أن يتغلب على نقصه باستغلال ما لديه من استعدادات ومواهب ، وان لم يكن فيلسوفاً فيعمل الغيب على علاته ، فهو اما يحاول ذر الرماد في العيون اخفاء لعيبه ، ذلك هو الشخص الذي يكثر من التحدث عن نفسه والمباهاة بثرائه أو يتجنى على الناس ، بحسبهم اعمالهم ، او يسقط لهم الغلطات أو يسخر منهم فإن لم يكن لهم عيوب ومثالب ، اخترع لهم منها أشكالا والوانا وهذا هو « التعويض الانسحابي »

او يطلب لى حياته قوة لم تسعده بها الطبيعة اصلا ، فيستسلم لاحلام يقظته وهذا هو « التعويض الغرقى »

ومن الناس من يعمد الى اظهار نفسه واستقلاله والمغالاة فيه بدلا من حمايته عن اعين الناس ، وتراهم يدعون المرض عسى ان يجعل لهم المرض وربما في اعين من حرموهم العطف

ومن حد التعويض يكاد لا يسلم من ذلك والشح ، فقد دفع الشبان الى الحانات ، بعضهم الى الاستحواذ اسوأ الانواب واسامها كتب الهدا وحتى ... ويح ... ، يكل الخلاص

متها فى تلك السن التى لا تزال تحهل الأعباء والمسئوليات ، لأمر كبير ليس الانسحاب فى نفسه تعويضاً ، إنما الخاطر الذى يمليه هو العوض فهو انتقام من الناس أو عزاء للنفس أو هما معاً فكأن الشاب يرى فى موته مبعث الندم لمن أمعنوا فى الإساءة إليه ، أو يرى فيه حملا للعطف عليه ، والانتقام به ممن أطالوا احتقاره أو النيل منه

الشباب الذى لا صديق له

من أكثر الأمور مدعاة للأسى حالة الشاب الذى لاصديق له تلك مشكلة قد لا يرى فيها المجتمع أو الآباء ضرباً من السلوك الشاذ ، لكنها فى نظر علم النفس من أخطر المشاكل التى تحب المبادرة بالبحث عن أسبابها وعلاجها ، فهى فى كثير من الأحيان نذير شر مستطير

فالطفل فى صغره له من أبويه وإخوته وأترابه ، بل ومن زملائه الذين يخالطهم حالة أحياناً ، له من كل أولئك أصدقاء يحدث الهم ويلهو معهم والرجل الكبير له من قوله و ساله وطبيعة عمله فى المكتب وخارج المكتب ، أو له من يلتمس من الحياة ما يجعل الحياة عملاً حملا اما ذلك الشاب الذى حرم على نفسه تلك الصلات الاجتماعية بأتراب سنه ، والذى لم يجد له من يشاركه النشاط أو السرا والضرا فى ذلك العهد الذى يبدو فيه الميل إلى الاختلاط والاندماج فى المجتمع انما يوجب اخيره وسرعة عن الطر

ومشاركه الغير افراحم وأفكارهم ، ويرى فى عقد الصلات امراً هينا بل امراً ليس للحياه طعم دونه ، فهم أول من يبدأ الحديث ويرفع الكلفه ولا يستحي من الناس ومنهم من يميل الى الانزواء والعزله وعدم الدخول فى دوائر النشاط الاجتماعى ، والحذر من الاتصال بالناس ، وهم وإن قل أصدقاؤهم لا يعدمون نفراً يسرون اليهم شأنهم وشكواهم لكن اولائك الشباب الذين عجزوا عن اصطناع الأصدقاء ، فاغلب الرأى ان ظروفا تتصل بتجاربهم الماضيه ونشأتهم الاولى قد ادت بهم إلى هذا الفشل

فكثير من هؤلاء من الصنف الخجول ، الشديد الحساسيه والاستحياء ، الذين لا ينسأون يحللون انفسهم ويقدرون مشاعرهم واعمالهم فى ضوء ما يظنه الناس او ما قد يظنه وراء الناس وأغلب هؤلاء من اصول غلام الشعور بالنقص فذهب بالكثير من ثقتهم بأنفسهم وجعلهم ضحيه تلك الرواية المزعومه

ومن هؤلاء ما كان السبب فى تكوينه فرط العنايه به او تدليله فى عهد الصغر ، فكل شئ كان ميسرا له وهون من أجله ، وكل مشكله تذلل امامه ، ولم يكن يجمع على الاتصال بالأطفال خوفا عليه من اذاهم فكان لعاقبه ان فقد الجراه الكافيه والحذر إلى الاختلاط وتوسيع محيطه الاجتماعي

او يكون السبب فى ذلك اقتصار الطفل او الشاب على صديق واحد وطول العهد به ولا يفارقه دون غيره من الناس حتى اذا ادت بهما الحياه او اضطرتهما الظروف الى الفراق وجد الطفل او الشاب قد لا يستطيع ان يجد بعد صديقا يحل من نفسه مكان ذلك الصديق المفقود ومن ثم تحيط الخيبه من تلك الصداقات

العائلة والعمل على أن توسع الطفل أو الشاب دائرة صلاته الاجتماعية حذرا من اثر الصدمة أو العجز عن ملء الفراغ الشاغر

لقد جرت العادة أن ينظر الآباء والمربون والشباب أنفسهم إلى السرقة والكذب والاعتداء على الغير والهرب من البيت، أو عدم الامتثال والطاعة أو عدم الاجتهاد في السعي المدرسي كأنها مشاكل تستدعي العناية وتوجب القلق وفاتهم ان الحياء الشديد والانطواء على النفس، والخوف الشديد، وعدم الاحتمال لشعور الناس والغيرة الشديدة، وعدم الرضا بشيء، واستدرار العطف من الغير والذل عن حمل التبعات فاتهم أن تلك مشاكل أشد خطراً وأبعد اثراً في مستقبل الشاب وصحته العقلية ذلك أن الناس والآباء لا يحفلون الا بالسلوك الظاهر للمرء اما مشاعره وخواطره وحالته النفسية فلا تثير فيهم ما تحتاج اليه من اهتمام فالسلوك الظاهر هو الذي تؤثر في راحة الناس وهم لهذا يهتمون له اما الشعور الباطني للشاب فلا يتصل الا براحته وسعادته هو. لذلك لا تعيره المجتمع ما يستحق من عنايه

ان المشاكل التي تبدو في سلوك الشاب إن نظر اليها الآباء او المربون كأنها مجرد شيء يسبب لهم القلق ويوجب تبرمهم، فان عالم النفس يرى فيها اعراضاً لمشاكل اكبر خطراً وابعد اثراً اعراضا لصراع نفسي بين الشاب والعالم الذي يعيش فيه، ومظهرا لعدم الانسجام بين افراده، ونذيرا لاضطرابات في الشخصية قد تلحق بالامة ضررا بالغاً. فسيان السرقة والكذب مثلا عوامل كانت مبادئ تدل على بداءة امراض نفسية وعقلية

الأمراض العصبية والعقلية

مقتبل الشباب عهـــد محنه وامتحان مسئوليات جديده، وتجارب جديده، وتكاليف جديدة والفتى اذ يواجه هذا العهد مضطر إلى ان يمحص ما لديه من عادات، ويفحص ما لديه من اتجاهات وطرق فى التصرف، حتى يعرف مبلغ صلاحيتها لهذا الحدث الجديد هذه العمليه التى تتلخص فى تحوير السلوك وتعديله واعادة النظر فى نواحيه، عمليه سائره مستمره تلازم الفرد من طفولته الى شيخوخته لكن مرحلة البلوغ تنفرد عن غيرها من مراحل النمو بأنها عهد تسلط الفرد مواقف جديده فى حين لا يكون الفتى مهيأ لمواجهه هذه المواقف فى هذه المرحله تستيقظ فى نفس الفتى او الفتاه ميول جديده ونزعات جديده، وهو فى حاجه للتصرف وتعديل سلوكه تعوزه الخبره والعلم كما أنه يكون عرضه لضروب من الحب والدفع الانفعالى العنيف وهو لا يعرف عن طبيعتها ومدلولها الا القليل، لا يعرف هل هى خير ام شر؟ ولا يدرى هل يجب الاستسلام لتيارها ام ضبط نفسه حيالها؟ لذلك تراه يتخبط باحثا عن مخرج ومتنفس لهذه الانفعالات وعن وسائل لإرضائها هذا مخرج هذا الارضا لا بد له من ان يجده فى صلاته بالناس، فى اعماله و العابه فى الدنيا التى يحيا فيها غير انه لا يعرف عن هذه الا القليل، ولا يدرى كيف السبيل

إلى تلك الوسائل التي يرضى بها ما تتطلبه طبيعته وهو في هذا الكفاح الأعمى في خطر من الضلال ، ومن أن يقع فريسة لعادات واتجاهات سيئة في تفكيره وفي سلوكه

وحتى ان ساءه حوافزه وميوله الى اتجاهات صالحة مرضية فقد تحول بينه وبينها أنواع اذ يرى أن غير ما يرى ويرتضى أن ما لا يرضى ، وقد يمنعانه من تطبيق حياته كما تملى عليه حاجات طبيعته ، أو يقسرانه على اسلوب من العيش لا يرضاه

هذا الصراع العنيف بين حوافز الفرد وحوافز الحب والمجتمع لا تطيقه كل النفوس والطبيعة البشرية حد للاحتمال فمن رزق استعداداً فطرياً سليما ، ووفق الى توجيه صحيح في طفولته وارشاد قويم في شبابه استطاع ان يصل الى السمع بسلام ومن كان غير هذا بدت عليه امارات العجز والفشل في هذا الكفاح

هذا الفشل قد يبدو لدى بعض الشباب في صورة اضطرابات انفعالية لا تجاوز حدود السواء كثيراً ، او يظهر لدى آخرين عادات سيئة في التفكير والعمل ، او في شكل انحرافات جنسية أو اعمال اجرامية ، او استهتارا بالخمر والمخدرات كما انه ولدى البعض في صورة اضطرابات نفسية اى اعراض عصبية او عقلية وقد وفق العلماء بعد جهد الى اصلاح ما تدمنه من عيوب وانحرافات واتجاهات ضارة وهكذا تكتب لهم السلامة او يعجز الاسعاف عن هذا فيرتد تلك العيوب والعادات الخطرة

وسوحا على مر الرمں ، ىم ىىهى ىهم المطاف الى مسىشڡ اں الامراص العقليه ىقصوں ىها المصه الىاو ه من حىاىهم

إں مطاهر الهر ىمه ىلك ، واں احىلڡ أسكالها ، فإىها ىرمى حمىعا إلى عرص واحد هو الخلاص من الصراع النفسى الاليم والهرب من الواقع والاحىما ىالمرص

ىىقسم الاصطرامات النفسه إلى شعىىں كىيرىيں ، كل شعىه مىهما ىىقسم ىدورها قسمىں —

أما السعىه الاولى فىسمل ىلك الاصطراىاں الى ىسدىها ىاف فى أىسحه المح او الاعصاب ، واما الأحرى فىسمل ىلك التى ترحع الى عوامل ىڡسىة وىسمى الاولى « ىالاصطراىاں العصوىه » والىاىه « ىالاصطراىاں الوطىڡيه » ڡكاں الحىاه النفسىه المصطربه ساعه ىحىله ، ڡد ىكوں سىب احىلالها كسرا او عطبا فى ىعص آلاىها ، او ىكوں الآلاں سليمه إىما ىعسىها ىعص الغبار فهى فى حاحه الى ىىطىڡ « و رىىت »

الاصطراىاں العصوىه

التلف الذى ىلحق النسىح العصىى من حلاىا وألىاف ىحدث اصطراىات ىڡسىه ىىكوں فى حصورىها ومدىها على ىدر هدا التلف وىد ىرحع التلف إلى رىف ، او لىوث مىكروىى ، او إصاىه سدىده فى الدماغ او ىصلب فى السراىىں ومن أظهر هذه الاصطراىاں « سلل الحىوں العام » الذى يىسىىه إىلاف

مكروب الزهرى لأنسجة الدماغ ، والذى يسمر باعلال مطرد فى القوى العقلية والخلق كلما اتسعت رقعة التلف فى الأنسجة

ويدخل تحت هذه الشعبة أيضا الاضطرابات العديدة التى يسببها تورم بعض مناطق المخ أو إصابتها بجراح ، والتى يحدثها إصابة انسجة المخ بمكروب السل ، والتى تصاحب سن الشيخوخة

أو تكون تلك النسيج العصبى راجعا إلى وجود سموم فى الدم ، كتلك التى تنشأ من الإدمان على الخمر او المخدرات ، أو من الإصابة بحميات خاصة (كالتيفوس أو الحمى الشوكية) وأمراض أخرى — او تلك التى تحدثها الاجهاد البدنى الشديد

هذه الاضطرابات أمرها وعلاجها بيد الطبيب البشرى فلنتركها من بحثنا هذا

الاضطرابات الوظيفية

تنقسم بدورها قسمين كبيرين

(١) اضطرابات نادرة واضحة ... فى ... عدة الجنون او الامراض العقلية ... الجنون الدورى ... الجنون ... المبكر ...

(٢) اضطرابات ...

وهي التي تعرف عادة « بالأمراض العصبية »(١) كالهستريا والنورستانيا والقلق النفسي

ومن الفوارق الهامة التي تتميز بها هذان القسمان ان الأمراض العصبية لا تعوق الفرد عن مزاولة اعماله ، في حين أن الامراض العقلية تعطله عن الكد وتبعده عن الكفاح ، وتجعله غريبا عن نفسه وعن المجتمع الذي يحتويه خطرا على نفسه وعلى المجتمع في اغلب الاحوال ومن ثم وجب عزل هؤلاء المرضى في معازل خاصة . ان المصاب بمرض عصبي غالبا ما يكون شاعرا بحالته مدركا لشذوذه ، اما المصاب بمرض عقلي فكثيرا ما لا يكون مدركا لمصابه لاختلال قواه العقلية وشدة اختلالها

وتقوم بعلاج هذه الامراض الوظيفية اطباء متخصصون ، بعد التأكد من سلامة الأنسجة العصبية للمريض والتحقق من ان المرض وظيفي لا عضوي

به عن قرب وقد يبدو المريض معافى فى صحته مقبلا على عمله وإن كان يشعر بأنه لا يستطيع أن يقوم بأعماله كما كان يعمل من قبل ، وان هناك شيئاً خافياً يعطله عن التمام فى أدائه . كما أن المريض يكون عرضه للتعب السريع ، شاعرا شعورا غامضا ان هناك مصيبة يوشك أن تحل به

١ — الهستيريا

لهذا المرض صور عديده اشهرها تلك التى تبدو فى النوبات الهستريه المعروفه او فى شكل شلل يصيب بعض أعضاء الجسم أو فقد حاسه من الحواس دون ان يكون لهذا الشلل أو ذلك الفقد فى الحواس أصل عضوى او تلف فى الاعصاب فهناك الشلل الهستيرى والعمى والصمم والبكم الهستيرى

هذا المرض ربما تصوره واضحه بعض الامثلة السائدة التى تلحا الى الطبقة الشعبية [illegible] العمى [illegible] فى ساحة القتال [illegible] فهو يسرع به الى الوراء ، والخائف الصادر عن [illegible] مثلا وهو يدفع به الى الامام وقد يصاب بعض [illegible] فى مثل هذه الحالة بشلل فى أحد الاطراف او بالعمى [illegible] الهستيرى وسيلة لإبعاد الوقوف [illegible] من الحواس فى نفس الجندى [illegible]

لكنه يخاف الفشل ، قد يصاب فى صبحه الامتحان بشلل فى يداه أو بفقد حاسة البصر

والمصابون بهذا المرض تغلب عليهم الأنانيه ، ويثيرهم التافه من الأمور إلى حد بعيد ، وهم شديدوا القابلية للإيحاء يتقبلون الآرا والأفكار دون نقد او تمحيص وهم يعد من الصنف الذى يحاول دائماً استدرار العطف من الناس ، فإن لم يوفقوا فى هذا ، ظهرت عليهم أعراض المرض

من اكبر الأشيا غرابه ان ترى شخصا مصاباً بشلل فى ذراعه ، لكنه مع هذا يحرك هذا الذراع ويستخدمه فى أثناء نومه هذا مثل للشلل الهستيرى

٢ — النورستانيا

معناها ، ضعف الاعصاب ، والمصاب بهذه العلة تراه مهموما دائما منطويا على نفسه ، تنقصه الثقة فى الحياة اليسرى ، سريع التهيج دائم التفكير فى نفسه ، تنتابه الغصه والإهمال والعجز عن تركيز الانتباه وكثيراً ما يشكو من آلام جسميه مختلفة كالصداع والم الظهر وخفوق القلب

فالنوراستينى شخص متعب ، مشغول البال ، منعزل ، ينفر من الصعوبات والمشاكل الطارئه وظاهر ان حياته على هذا النحو

تخلق له مشاكل جديدة فلا تزيده إلا إعياءً وقلقاً واستغراقاً فهو يدور فى حلقة مفرغة حتى يسقط فى النهاية صريع الإعياء التام

ويرى الأطباء فى هذا المرض مظهراً للإجهاد الجسمى أو العقلى الشديد . ويقول أنصار مدرسة التحليل النفسى ، الأولى أنه حالة جسمية نفسية يسببها الإسراف فى النشاط الجنسى ، وخاصة العادة السرية . لكن أغلب الرأى اليوم على أنه مظهر لصراع نفسى عنيف دائم ، ظاهر للمريض أو خاف عنه يستنفد قدراً كبيراً من الطاقة النفسية للمريض . ومن ثم تبدو عليه أعراض النقص فى النشاط مع ذلك الكرب المقيم

٣ — الهستيريا

حتى نفسه عنها فكلما مشى فى الطريق واحد فى عد النوافذ فى البيوت او فى لمس أعمدة المصابيح فى الطرقات ، او فى قراءة كل ما يقع نظره عليه من إعلانات

٤ — القلق النفسى

من اظهر ممیزات هذا المرض ، الخوف او القلق المقترن بهيج عصبى عام ، هذا فضلا عن كثير من الاعراض الجسمية التى تعكس اعتبارها من ملابسات الخوف كاضطراب القلب او الدورة الدموية ، أو زيادة نشاط القلب ، وعدم انتظام دقاته ، أو اللغط أو تكون الأعراض شعورا بالاختناق ، أو افراطا فى افراز العرق او غشاوة البصر او القئ والاسهال

ويرى فريق من العلماء أن اصل هذا المرض فى أن الحياة الجنسية للفرد قد اعترضت ان تجرى فى مجراها الطبيعى من جراء عجز شخصى أو صعوبات خارجية فكبتت الرغبة الجنسية ، وحل محلها فى شعور الفرد ، الخوف وهو صفة اثره

كما أن اكثرهم عرضه للاصابة بالهستريا هم من الصنف والمنبسط الذى يصافح الحياة وجها لوجه ، ويعقد مع الناس صداقات سريعة من ذلك النوع سهل المعشر ، الخالص من نفسه

والمصابون بالامراض العصبية ندر أن يخرج منهم المفارل والمستهيات ، وإن كان المجتمع ينقص بالكثير منهم كما ان بالمدارس تلاميذ يعانون من هذه الأمراض ايضاً

والعلاج المبكر خير سبيل لإنقاذ هولاء المرضى من علل إن أهملت ، أزمنت واستعصت وصعب علاجها بل وقد يؤدي بعضها إلى امراض عقليه اشد خطوره وفتكا

الأمراض العقلية

في المزاج ، في الأحوال العادية على عوامل كثيرة منها الحالة الجسمية كالتعب او سوء الهضم ، والاحداث الخارجية التي تعرض للإنسان كفشله في القيام بعمل ، او سماعه خبرا سارا غير منتظر لكنه لدى المريض ، يكون هذا التذبذب في المزاج على درجة كبيرة من العلو والشدة ، ويبدو ولا تناسب بينه وبين الحوادث والاحداث التي تسببه وهنا نلمس نواة جنون المرح والاكتئاب ، فترى الشخص ينتقل من اقصى حدود الابتهاج الى اقصى حدود الانقباض دون سبب ظاهر ، وكالبندول لا يقف عند حد اوسط وعلى قدر ما يكون سعيه في اليمين يكون سعيه إلى اليسار وقد تشتد الحال فينقلب الابتهاج هياجا وصخبا ، واغراقاً في الحركة و[illegible] في أمور الناس ، واعتداء عليهم [illegible] ، [illegible] الاحداث [illegible] الاكتئاب فاذا الدنيا سوداء في عين المريض ، تغشاه [illegible] والخواطر القاتمة ، والاوهام ووساوس [illegible] او

وضحايا هذا المرض قبل سن العشرين وبين العشرين والخامسة والعشرين أكثر منهم فى الأعمار المتأخرة ولعل الشفاء من هذا المرض أيسر منه فى أى مرض عقلى آخر

٢ — جنون الهذاء والأوهام أو جنون العظمة والاضطهاد

مرض عقلى تستولى فيه على المريض أوهام مختلفة ، تلازمه وتتسلط عليه فلا يستطيع منها خلاصا من هذه أوهام العظمة ، وأوهام الاضطهاد ، وأوهام الغيرة

فى أوهام العظمة يرى المريض نفسه من الأعلياء وذوى الشخصيات البارزة ، يرى نفسه قائداً أو زعيما أو أنه روح أحل السماء

وفى أوهام الاضطهاد يخيل اليه أن الناس أو طائفة منهم تعمل على الكيد له والانتقام منه ، أو أنهم يتآمرون على قتله أو دس السم له وفى هذه الحال يراه يؤول كل حادثة غريبة ويفسر كل عمل يقوم به فى ضوء هذا الاضطهاد الموهوم ولا يقوم منهم بأى دليل يناقض ما يراه وما يتوهمه وهذا الصنف من المرضى على درجة كبيرة من الخطورة ، فقد يحاول المريض أن يدافع عن نفسه من أذى شخص يتوهم أن يضطهده ويقتله

وغالبا ما يتناول المريض أوهام العظمة مع أوهام الاضطهاد

فالشخص المشرب بأفكار صحيحة عن أهميته ومكانته ، لا يناسبه فيها غيره من الناس ، يكون مستعدا للظن والاعتقاد بأنهم يغارون منه أو يتآمرون عليه .

وكثير من الأطفال يحاولون تحت عواطف ما يمنون به من فشل فى أعمالهم فيرجع البعض الى تبرير سلوكهم بحيل وأساليب لا تبعد كثيرا عما نراه عند مرضى الاوهام وهذا اسلوب يجب العمل على محاربته فى البيت وفى المدرسه بكل الوسائل فهو وإن لم يصل بصاحبه إلى حد الجنون ، لكنه يحوله كثيرا دون تكامل شخصيته خلال مرحله البلوغ

والحالات الشديده من هذا المرض أعصى على الشفاء من من حالات الجنون الدورى

٣ — الجنون المبكر

هذا المرض يحاله من مرحلة البلوغ الخامسه والأربعين ، وان كان يغلب ظهوره فى مرحله البلوغ ، لذلك سمى الجنون المبكر وتسبق ظهور المرض فترة « حضانه » طويله قد تمتد فى شهور او سنين عديده يبدو خلالها على المريض علامات الشذوذ فى السلوك من آن وآخر ، لكنها ليست من الإعراب ما يجعلها هم المريض او من حوله من الناس ، حتى تشتد وطأته ، وظن أنه ظهر ظهورا مفاجئا

فمن الاعراض المبكره لهذا المرض ، الخجل المفرط ، والخوف

الشديد . فالمصابون به غالبا ما تلازمهم مخاوف عديدة ، فيحجمون
عن مقابلة الغرباء من الناس ، ويحجمون عن البحث عن عمل لهم
أو مهنة ، إذ يخيفهم المجهول . ترى الفرد منهم مستغرقا فى التفكير
فى نفسه ساهما شاردا ، من الصنف « المنطوى » الذى يقطع الصلة
بالواقع والعالم الخارجى . وغالبا ما يصاحب هذه العلامات بعض
مظاهر المرح والعنف وعادات جديدة مبتذلة ... تتبدل الشخصية
فتصبح العادات جامدة بدون غير مفيدة . وكثيرا ما ينفجر المريض
فى نوبات من الضحك المفاجئ الأحمق ، لعله من شئ يراه فى عالمه
الخيالى . ومن أعراض المرض أيضا أوهام الاضطهاد التى تساور
المريض وتوحى إليه أن الناس يتآمرون عليه . والمريض عرضة
لنوبات من العنف والاعتداء والأعمال الفجائية ، مما قد يدفعه إلى
القتل أو الانتحار .

ولهذا المرض أشكال أربعة نخص بالذكر منها «الشكل الطفلى»
فهو يحلل الحياة النفسية للمريض ويرتد فيرجع به إلى مرحلة
الطفولة الأولى . فترى المريض يثب ويجرى كالأطفال الصغار ،
ويتكلم بلغة الطفولة ، ويلعب بتلك الألعاب التى يقدر عليها الأطفال ،
ويتطلب من الناس أن يعنوا به ويرعوه كما يرعون الصغار من عناية واهتمام ،
كما يعبر عن انفعالاته المختلفة بأسلوب الصغار . وقد يكون التقهقر
والارتداد أبعد من هذا ، فإذا بالمريض قد عجز عن إطعام نفسه وعن
ضبط مثانته وأمعائه ، واستحال كلامه [illegible]

ولا يزال الجنون المبكر لغزا فى دنيا الطب العقلى . فهو

الثبات الا على قدر يسير من مشاكله العديدة وقد كان يظن أنه مرض غير قابل للشفاء ، غير انه لوحظ اخيرا أن نسبة طفيفة من ضحاياه لا تستعصى على العلاج ومهما يكن من أمر فهذا المرض أشد الأمراض العقلية وطأة ، وأكثرها فتكا بالحياة النفسية ، وأشدها دفعـــا الى الجريمة والمصابون به يرتكبون كل انواع الجرائم المعروفة — ويقال ان ثمنا من كل ستة ممن في مستشفيات الأمراض العقلية بالولايات المتحدة تشغله ضحية لهذا المرض ، ولا تزال هذه النسبة في ازدياد

ومما يجدر ذكره ان الولد او البنت اللذين يغلب على سلوكهما الانزواء والعزلة ويبدو فيه الخجل وفرط الحساسية وسرعة الارتباك والعجز عن اصطناع زميل او صديق ، أكثر عرضة للتردي في هذا المرض مستقبلا[1] من الطفل غير المنطوي على نفسه ، الذي يلعب ويندمج مع غيره من الاطفال كما ان الفتى المنطوي ، الداخل في نفسه ، لدى تعرضه لعثر معاكس في شخصيته يقرن العجز عن أداء اى عمل وعن اعطاء اى تعليل لهذا العجز ، هو في بدو لديه باشر هذا المرض

هذه حالات يجب المبادرة بعرضها على الطبيب العقلي ، ومن الخطأ والخطر البالغ ان يعهد إلى الآباء او المدرسين او الاطباء النفسيين

* * *

---

(١) لا [illegible] من العقلية الوظيفية في عهد الطفولة بل ابتداء من مرحلة البلوغ

وعهد الشباب ، بوجه خاص ، عرضه لظهور الاضطرابات النفسيه المختلفه وترجع السبب فى ذلك إلى ظروف وأحوال شى أهمها —

١ — التربيه الخاطئه فى عهد الصغر

تلك التى سمحت للشاب فى طفولته أن يصطنع طرقا سيئه غير مجديه لحل ما يعترضه من مشاكل وصعوبات أو التى لم تعمل على تحوير تلك الطرق وتعديلها بل تركتها ترداد ثباتا ورسوخا ومن ثم يصل الطفل مرحلة البلوغ وهو مثقل بتركة لا تعينه بل تعطله عن مواجهه تكاليف العهد الجديد فالطفل الذى يستعمل الشاب بأساليب صدايته فى التعبير عن انفعالاته ، ويحل ما ونه للهرب من الواقع كلما ار طم بصعوبه ، او الذى لم يعود الاعتماد على النفس وضبط النفس او الذى تلى ثقافه جنسيه خاطئه او مشوهه أو غير كافيه ، هو الذى لدى يدخل امتحان سن البلوغ وقد اسى اعداده وتكوينه وغير كثير على احتماله أن يذهب ضحيه مرض عصبى أو عقلى ى ـسا السباب الملئه بضروب الحيره والصراع

٢ — الإهمال وعدم الارشاد والتوجيه فى مرحلة البلوغ

وهنا يقع اللوم على الـ ... والد ... ولا ... هذا يجب ان يقوم على الإقناع والتفهم ... عن ... ب ... ووجهه

يكون بالعمل مع تكوين العواطف السامية والأهداف والمثل العليا التي تكون في بناء شخصية رواسي أن تميد به أعاصير الشباب مع إطلاق قدر معقول من الحرية تمكن الشاب من تحمل التبعات والأخذ بما يراه صالحا من وجهات النظر

٣ — الصراع النفسي بين الحوافز والرغبات المختلفة

ولنذكر أخيرا أن الشاب لا يكون فاهما تمام الفهم لما يثور في نفسه من حوافز ورغبات قوية في هذا العهد ، ولا بالطرق الصالحة لإرضائها وإشباعها ، ولا بما يجب ان تكون موقفه حيالها هل يستسلم لها أو يضبط نفسه إزاءها وتلك ظروف تحمل الفتى عبئا نفسيا ثقيلا ، إن احتمله البعض ، لم يطقه آخرون وهؤلاء هم ضحايا الاضطرابات النفسية المختلفة

* * *

فالأمراض العصبية والعقلية التي تصيب الشاب لا ترجع اذن إلى سبب واحد كالصدمة النفسية ، او كبت الحافز الجنسي ، أو الحافز إلى الظهور والسيطرة ، أو اضطراب الغدد الصم كما ترى بعض مدارس علم النفس الحديثة إنما مردها إلى ماضي الفرد كله ما صادفه فيه من تجارب وما لقيه فيه من صعوبات ، وما درج عليه من عادات في التصرف وما مر به من تربية [illegible] وما [illegible] من التكامل والتنظيم

[illegible] علاقات

واحد أو صدمة واحدة ، بل لا بد لذلك من تضافر عوامل هدامة شتى ، لا بد من عدة طلمات متراكمة من القطران لتحيل صفحة بيضاء إلى اللون الأسود القاتم ، أما تلك الصدمة التي تصبح إثرها أعراض المرض فليست إلا القطرة التي تفيض الكأس ، والضربة التي تصدع إثرها البناء السقيم

والحق إن الأمراض العصبية والعقلية ، إن هي إلا مظاهر لشخصيات مفككة ، لم تبلغ تمامها من التكامل والتنظيم من جراء تلك العادات السيئة والاتجاهات الفاسدة التي نجمها الفرد ، فتكون مانعا للشخصية أن تصل إلى حد الرواء والاتزان ، ومن جراء ضروب الصراع التي تقوم بين النوازع المتصارعة فيها وما تستنفد تلك من طاقة نفسية ، كان الأجدر أن توجه إلى الكفاح المثمر في الحياة

فتكامل الشخصية إذن أمان للمرء من الاضطراب النفسي هذا ما تشير إليه الأبحاث الحديثة في علم النفس فالفرد ذو الشخصية المتكاملة التي يسهل الانسجام جوانبها ، يمكنه أن [illegible] صحته العقلية في ظروف لا [illegible] من [illegible] من [illegible] [illegible] وللاء ، و [illegible] أخرى يمكننا أن نقول إن درجة [illegible] و [illegible] لدى الفرد تتناسب تناسبا طرديا مع تكامل شخصيته وقد دلت الحروب الحديثة ، وما يكتنفها من [illegible] و أهوال [illegible] أن من يصمدون في ساحاتها [illegible] [illegible] [illegible] هذا [illegible] ولا

الصحة العقلية للشباب

الصحة العقلية هدفها الوقاية من التردي في الاضطرابات النفسية وذلك بالعمل على منع المشاكل والمصاعب الفردية والاجتماعية التي لا تجعل الشخص ناجحاً وسعيداً ، وبالعمل على كشف العادات السيئة والنزعات الشاذة وإصلاحها ، وبتزويد الآباء والمربين والشباب بالإرشاد والتوجيه اللازمين لحسن سياسة النشء ، وحسن سياسة أنفسهم ، كل ذلك حتى يستطيع الفرد أن يكون صلاته الاجتماعية راضية مرضية

* *

كيف تحافظ على صحتك العامة

هذه بعض مبادئ الصحة العقلية في اتباعها عون لك على الاحتفاظ بصحة عقلية [illegible] ، وأمان من الوقوع في كثير من مشاكل [illegible] والاضطرابات النفسية

اعتن [illegible] بصحتك [illegible] فالجسم [illegible] معناه ضغط لا [illegible] [illegible] الجسمي عارض قد يكون سبباً [illegible] [illegible] من جهة خاصة أي مجهود أو إلحاح لعمل [illegible] تشكو صداعاً وسهاداً [illegible] [illegible] ، وعلى [illegible] أحداً أو [illegible] وأحسن [illegible] وسلاماً

يقعده عن الكفاح اللازم ، فيعمد إلى الحيلة والتهرب إخفاء لعيوبه أو للوصول الى ما يريد . فالضعف يولد الملق ، والجبن أبو الكذب والغش والخداع

حاول أن تملأ أوقات فراغك بعمل نافع ، أو لعب مفيد ، أو الاندماج في نشاط اجتماعي

فالعمل ، وهو ذلك النشاط الذي يبذله المرء في السيطرة على أمر عقلي أو مادي ، ليس أفضل منه شيء في تنظيم الشخصية والشعور بالقوة وإشباع الحافز إلى الظهور . وبه ينمو الاعتماد على النفس واحترام النفس ويذهب الأثرة . والشاب الذي لا يجد ما يشغل به وقت فراغه عرضة للعادات الخبيثة السيئة ، ولأن ينزوي وينطوي على نفسه مركزا اهتمامه ونشاطه في نفسه ومشاعره مما يبعده عن عالم الواقع

وفي اللعب رياضة لنفسه واجتماعه مع نده فيه أحد وسطًا وحريه بالناس وينمي للشخصية المعنوية وبه يعرف أسباب قيمة التعاون وإنكار الذات

أما حلقات النشاط الاجتماعي فهي سبيل لاشتراك الشاب في دائرة المجتمع الصغير وهو المنزل وبعده مجتمعه الكبير وهو الوطن . كما أنها وسيلة لإظهار ما لديه من قدرات ومواهب كانت خافية عليه ، وإشباع ما يشعر من رغبات وحاجات . وفيها يكتسب الشاب عادات وعواطف اجتماعية كالإيثار . ومن خلالها يسهل عليه أن يحد من اندفاعه ويستحب مساعدة الآخرين

تعلم تحليل نفسك وفهم مواقفك لقد رأيت أن الصراع النفسي بين الحوافز أساس كل بلاء. فحاول أن تواجه ما يدور في نفسك من صراع ظاهر تصارحه وأمانه، وأن تعمل على حسمه ما استطعت بفهم طبيعة الحوافز المتصارعة والعمل على التوفيق بينها. ولا تحاول أن تخدع نفسك قط، في هذا التأمل والتحليل، بل تخل عن كل ميل وهوى وتبرير. وإن استطعت أن تسر شكواك إلى صديق مخلص لكان خيرا. فكثيرا ما يكون التعبير عن أمثال تلك المشاكل والاعتراف بها سببا في النظر إليها نظرة موضوعية خالصة من هوى الشاكي، وبذلك تسهل تحليلها ونقدها وفهمها على حقيقتها. واعلم أن ركنا هاما من أركان العلاج النفسي للاضطرابات والأمراض النفسية يتلخص في الكشف عن حقيقة الحوافز المتصارعة التي تعمل بعضها في الظلام أو التي لم يعترف بها المريض أو تلك التي يوهمها أحيانا لها حتى عن نفسه. وكثيرا ما يكون التعبير عنها وإدراك الصلة بينها وبين أعراض المرض سبيلا إلى الشفاء. لقد كان سقراط يقول: «إن المعرفة هي [illegible]»، [illegible] العلاج النفسي وأصحابه [illegible] أن [illegible] الشفاء».

احرص أن يكون لك أصدقاء مخلصون فالأصدقاء إذ [illegible] يشاركونك في معاني [illegible] دون تحفظ أو كلفة [illegible] تلك المسائل، وتجد معاني جديدة وتزول عنها أثر الشر [illegible] وإن الأمر في الصداقة [illegible] أكثر وخواطر

فحسب ، بل الأهم من ذلك تبادل الشكايات والرغبات وفى الصديق يجد المرء شخصاً يستمع لمشاكله ويستجيب لمشاعره بمثلها فكأن الصداقة اعتراف وتخفف وتحلل ومن ثم كان عاملا بعيد الأثر فى تنظيم شخصية الشاب واستمرارها بنتيجة لهذا التنظيم والصداقة فوق هذا تنمى فى الشاب عاطفة الولاء ، فالشعور بالثقة المتبادلة بين صديقين يبعث فى نفسيهما شعوراً بالمسئولية تجاه هذه الثقة من الضياع

صف مسالك مع الناس أولا بأول فلو أصابك من أحد سوء أو شىء ترى فيه حرجا لكرامتك ، فخير أن ترد الإهانة

هه أو ما نقوم به فى الحاضر حتى نستدل للاهمال ، وسرعه السـ
والإعداد للمستقبل ومن شر ما يعطل الإنسان عن بلوغ غاياته
هو إطالة النظر فى الغد والحذر من المستقبل ، خاصة ان اقترن هذا
النظر بالحيرة والقلق ومن المشاهد أن أولئك الذين يصعدون
بأحمال يعشاها مسؤوليات جسام ، سيكونون أبلغ فى أدائها لو
لو تناسوا الغد ووجهوا انتباههم لما بين أيديهم ومن أهم العوامل
المعصبة إلى السقطات العصبية بث العادة الرديئة التى تحمل صاحبها
على اعادة ما عمله مرتين او اكثر بدلا من اختياره مرة واحدة
واحق ان الحياة تصبح عملا لا يطاق لو ان كل عمل كلف به المرء
كان يتبعه التردد والخوف ، ثم تعقبه الحيرة والقلق او الندم
والتحسر على ما فاته وذلك بدلا من السرور والاستسلام الناشيء
أو المستقبل بدلا من الارهاب الحاضر

كن صبر محاسبع نفسك صبر محاسبع غيرك

صبر ها فى مواجهة الوقع

فاشد ... القصر ... الخطا والضلال فى
اكتساب ... ى ... او ... لك كما لك
... لك ... إن العدو عن
... الناس نفسك عن
... لا داعى لها ، ولا ...
... صلاتك الناس او ...
نحوك ...

ولا تدع ظهرك للصدمات ، فإن ذلك لا يزيدها إلا لجاجاً وإلحاحاً والصراحة هنا نوع من الشجاعة في مواجهة الواقع ، والعمل على التصرف المعقول فإن أعجزك الحل فاستعمل الهجوم بشر ، وخذ الأمور هوناً . فإن آنست من نفسك ميلا إلى الفرار من الواقع كلما اشتد ضغطه ، فشق الأساليب والحيل التي عرضنا لها في هذا الكتاب ، فقاوم مبادىء الشر

ألم تر أن مشاكل السلوك والأمراض العصبية والعلة المختلفة ما هي إلا وسائل للهرب من الواقع ، ومظاهر للهزيمة في الكفاح ، ومعاذير يهرع إليها سيء الحظ من عثرات الحياة الدنيا ؟

* * *

شكر واعتذار

[illegible]

الكتاب التالي من

سلسلة العلوم المبسطة
لمكتبة الجيل الجديد

ليالي العلم

للدكتور محمود الشرنعى
المدرس بكلية العلوم بجامعة فؤاد

قصص علمية طريفة يسامر بها عالم شاب
مع أهله في الريف في مجلس سمر بعد سبع
ليال وهم يستمعون إليه في متعة وانتباه حديث في
نوعه فريد في موضوعه عذب في أسلوبه
يجمع بين امتاع الأدب وإعجاز العلم

يصدر أول مايو